



「広報みなと」は、港区ホームページでもご覧いただけます
Articles are available at the Minato City Web.



各総合支所・分室連絡先：芝地区☎3578-3111(代) 麻布地区☎3583-4151(代) 赤坂地区☎5413-7011(代) 高輪地区☎5421-7611(代) 芝浦港南地区☎3456-4151(代) 台場分室☎5500-2365

熱中症に注意して 感染症対策を
Be careful with heat stroke and prevent infection

ワクチンを接種した後も、引き続き感染防止対策の徹底をお願いします。
熱中症予防のため、屋外で人と十分な距離を確保できる場合等は、適宜マスクを外しましょう。
Even after receiving vaccine, please maintain taking infection preventative measures.
To avoid heat stroke, when outside, take off your mask if you can keep enough distance.

MINATO節電アクション

Minato Electricity Saving Action

小さな工夫で
大きな効果!

今すぐに行える節電アクション行動をお願いします!

Small effort, big effect
Please take electricity saving action immediately

MINATO節電アクションとは、安定した電力の供給を確保するために、区民、事業者等の一人一人が、港区環境行動指針に基づいた行動を実践するとともに、集中的に7項目の電力削減行動を実行する取り組みです。

昨今、自然災害や国際情勢の影響により、エネルギーの安定的な確保が課題となっています。特に電力需要が高まる夏場に向けて、電力逼迫を引き起こさない行動を習慣づけていく必要があります。

MINATO節電アクションの取り組み例

ACTION!

みんなで節電アクション!

家庭やオフィスで、みんなが少しずつ節電の努力をすることが、安定した電力供給につながります。

家庭でできる節電の7つのポイント



ACTION! 1
こまめにスイッチオフ!
スイッチオフで電気使用は必要最小限に!



ACTION! 2
待機電力を削減!
使用していない場合にも電力が消費される待機電力を削減!



ACTION! 3
エアコンで節電!
設定温度・風向きを調整して節電!



ACTION! 4
冷蔵庫で節電!
扉の開閉時間を短く、詰め込む量も考えて節電!



ACTION! 5
照明で節電!
明るさや点灯時間を調整して節電!



ACTION! 6
テレビで節電!
主電源OFF・明るさを調整して節電!



ACTION! 7
他にも
こんなところで節電!
生活スタイルを見直して節電!

オフィスでできる節電の7つのポイント



ACTION! 1
エアコンで節電!
設定温度・風向きを調整して節電!



ACTION! 2
クールビズスタイルで快適に!
勤務の状況にあわせて服装に工夫を!



ACTION! 3
断熱性を向上!
熱の出入りを効果的に防いで節電!



ACTION! 4
照明で節電!
明るさや点灯時間を調整して節電!



ACTION! 5
就業の見直し!
オフィスで朝チャレ!



ACTION! 6
省エネ機器で節電!
日々進化する省エネ機器で節電!



ACTION! 7
省エネ行動で節電!
電気使用は必要最小限に!

環境行動指針

区民・事業者・区がとるべき具体的な環境保全行動です。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、「港区環境行動指針」をご覧いただけます。

地球温暖化対策助成制度をご用意しています

区では地球温暖化を抑制するため、再生可能エネルギー利用機器や省エネルギー機器等を設置する区民・中小企業・マンション管理組合等に、設置費用の一部を助成しています。

助成対象機器の一例

- 太陽光発電システム
- 日射調整フィルム
- 高断熱サッシ
- 管理組合等向けLED照明
- 事業所用高効率空調機器
- 高反射率塗料等
- 省エネ診断に基づく設備改修



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「創エネルギー・省エネルギー機器等設置費助成制度」のページをご覧いただけます。

省エネコンサルタントを派遣しています

区内の集合住宅の管理組合等に、最大4回まで無料で派遣しています。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「省エネコンサルタントの派遣」のページをご覧いただけます。

区民のみなさんは「みなとエコチャレンジ」でお得に節電!

家庭で環境に優しい行動にチャレンジして、景品に交換しましょう。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、みなとエコチャレンジフリーレットをご覧いただけます。

問い合わせ 環境課地球環境係 ☎3578-2496

区の手続きや施設・催し物のご案内は **みなとコール**へ City information service: Minato Call
☎03-5472-3710 FAX03-5777-8752 年中無休 午前8時～午後8時 8 a.m. to 8 p.m., Seven days a week

◆「広報みなと」は新聞(朝日・読売・毎日・日本経済・産経・東京)折り込みです。区の施設や、郵便局(赤坂・一ツ木通・麻布・芝・芝公園・新橋・高輪)、公衆浴場、区内のJR・地下鉄・ゆりかもめの駅、新聞販売店等に置いてある他、希望する区民の皆さんに配達しています。また、「点字広報」、「声の広報」も発行していますので、ご利用ください。

発行/港区 毎月1・11・21日 発行部数79,000部 編集/企画経営部区長室 〒105-8511 港区芝公園1-5-25

問い合わせ

高齢者支援課在宅支援係 ☎3578-2400~6
○各事業の申し込み・問い合わせ先
各高齢者相談センター ☎欄外参照
各総合支所区民課保健福祉係 ☎欄外参照

令和
4年度

主な高齢者サービス一覧

在宅サービスを中心に紹介します。内容に年齢区分の入っていない事業は、65歳以上の人が対象です。詳しくは、電話または直接、お問い合わせください。

凡例 申…申し込み 問…問い合わせ 令和4年6月1日現在

事業	内容	利用者負担等	申し込み・問い合わせ	
一人暮らし高齢者等への支援	家事援助サービス	日常生活に支障のある一人暮らしまたは高齢者のみの世帯のご家庭に、ホームヘルパーを派遣し、自立した生活を支援します(「自立」・「介護予防・生活支援サービス事業対象者」・要介護認定で「要支援1」の人は週2時間まで、「要支援2」の人は週3時間まで、「要介護1」以上の人は除きます)。	負担額(1時間) ・生活保護受給者 ……無料 ・住民税非課税者 ……120円 ・上記以外 ……200円	申 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
	緊急一時介護人派遣	一人暮らしまたは高齢者のみの世帯の人が病気やけが等で緊急または一時的な理由により家事援助や身体介護が必要になったときに、ホームヘルパーを派遣します。年3回、1回当たり連続3日まで、派遣時間は1日につき6時間以内で利用できます。	負担額(1時間) ・生活保護受給者 ……無料 ・住民税非課税者 ……120円 ・上記以外 ……200円	申 各総合支所区民課保健福祉係 または 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
	救急通報システム	家庭内で病気や火災等の緊急事態に陥ったとき、あるいは一定時間人の動きが感じられないときに、専門の警備員が出勤して安否の確認および救助活動を行います。	・生活保護受給者 ……無料 ・住民税非課税者 ……無料 ・上記以外 ……月額400円	申 各総合支所区民課保健福祉係 または 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
	訪問電話	近隣に親族が居住していない一人暮らしまたは高齢者のみの世帯で昼間一人になる人を対象に、相談員が定期的に電話で安否を確認し、各種相談に応じます。	無料	申 各総合支所区民課保健福祉係 または 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
	配食サービス	一人暮らしまたは高齢者のみの世帯等で食事の準備や調理が困難な人に、昼食・夕食を週7食までご自宅にお届けし、同時に安否を確認します(サービス提供の調整を事前に行います)。	1食270~480円	申・問 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係(1世帯1回限り)
	エアコン購入費助成	世帯全員が住民税非課税で、自宅にエアコンがない、または故障により使用できるエアコンがない高齢者世帯に対し、エアコンの購入設置費用を助成します。	エアコンの購入および設置にかかった費用と6万5000円のいずれか少ない額を助成(1世帯1回限り)	申・問 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係(1世帯1回限り)
介護が必要な高齢者への支援	紙おむつの給付	寝たきりまたは失禁状態にあり、要介護認定で「要支援1」以上の人に、紙おむつを給付します(おむつ代の助成と同時に利用できません)。 ※介護保険施設入所者は対象外です。 ※介護保険の第2号被保険者も対象です。	月額500円	申 各総合支所区民課保健福祉係 または 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
	おむつ代の助成	区の給付する紙おむつの使用を認めない医療機関に入院している、要介護認定で「要支援1」以上の人に、おむつ代を助成します(紙おむつの給付と同時に利用できません)。 ※申請月以降の助成です。 ※介護保険施設入所者は対象外です。 ※介護保険の第2号被保険者も対象です。	月額1万円を限度に助成	
	理美容サービス	要介護認定で「要介護3」以上の人のご自宅を、理容師または美容師が年6回、訪問してサービスを行います。	1回500円	
	寝具乾燥等消毒	要介護認定で「要介護3」以上の人に、年12回(うち1回(1月)は水洗い)、使用している寝具(布団)の乾燥消毒を行います。	詳しくは、お問い合わせください。	
	福祉キャブの運行	歩行困難な人等を対象に、寝たまま、または車いすに乗ったまま利用できる昇降装置付きタクシーを運行します。 ※介護保険の第2号被保険者で要介護認定で「要支援1」以上の人も対象です。	タクシー料金と同額	
	緊急移送サービス	夜間の緊急時等、福祉キャブの利用が困難な場合に、民間救急事業者の車両を利用できます(利用料金の一部を助成します)。	ハイヤー料金と同額。そのうち7000円を限度に利用料金の7割を区が助成します。	
	認知症高齢者等おかけりサポート事業	認知症等により徘徊の恐れがある高齢者(若年性認知症の人を含む)に、登録番号が入ったキーホルダーとアイロンシールを配布することで、登録者が発見された際の身元確認につなげます。迎えに行ける介護人等がいる人が対象です。また、登録者は、徘徊に起因する事故等に対する認知症高齢者等賠償責任保険に加入できます。	無料	
	徘徊探索支援	在宅の高齢者が、認知症の徘徊により行方不明となった場合に、人工衛星通信網(GPS)を利用した24時間体制の探索サービスにより、その居場所をご家族等にお知らせします。	・月額 ……500円 ・現場急行サービス1回 ……3000円	
住まい	通院支援サービス(病院内介助)	要介護認定で「要介護1」以上の人で、ケアプランに訪問介護(通院介助)または定期巡回・随時対応型訪問介護看護が計画されている人に、月3回、1回3時間まで、病院内の待ち時間にヘルパーが付き添いサービスを行います。 ※介護保険の第2号被保険者も対象です。	・生活保護受給者 ……無料 ・ホームヘルプサービス等の助成受給者 ……3パーセント負担 ・一般 ……1割負担	申 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
	民間賃貸住宅入居支援	住み替えが必要で新たな住まいに困窮している高齢者世帯に対し、民間賃貸住宅の紹介、債務保証会社の紹介と初回保証委託料の一部助成、入居費用の一部助成(立ち退きの場合のみ)を行い、高齢者世帯の良好な居住環境の確保を支援します。	詳しくは、お問い合わせください。	申 各総合支所区民課保健福祉係 問 高齢者支援課在宅支援係
	自立支援住宅改修給付	手すりの取り付けや段差解消、浴槽の取り替え等の住宅改修工事にかかる費用を助成します(介護保険の給付を優先します)。 ※工事着工後の申し込みは対象となりません。	最高1割負担 助成限度額については、お問い合わせください。	申 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
その他のサービス	昇降機設置費助成	要介護認定で「要支援1」以上および対象要件を満たし、昇降機の設置が必要と認められる人に、階段昇降機またはホームエレベーターの購入および設置に要する費用の一部を助成します。 ※工事着工後の申し込みは対象となりません。	助成限度額133万2000円(所得に応じて1~6割の負担があります)	申 各総合支所区民課保健福祉係 問 高齢者支援課在宅支援係
	日常生活用具給付事業	外出や入浴時に転倒等の不安がある高齢者にシルバーカーや浴室用滑り止めマット等を給付します。 ※入院者、施設入所者は除きます。 ※給付種目と対象者については、お問い合わせください。	介護保険サービス利用時の費用負担割合に準じて決定します。 生活保護受給者 ……無料	申 各総合支所区民課保健福祉係 または 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係
	はり・マッサージサービス	各いきいきプラザおよび芝浦アイランド児童高齢者交流プラザで健康保持増進のため、はり・マッサージサービスを実施しています。実施回数は年22回(各回2日間)です。	1回1000円	申 随時「広報みなと」でお知らせします。 問 高齢者支援課在宅支援係
	無料入浴券の給付	70歳以上の希望する人に、港区、近隣区の一部の銭湯で利用できる無料入浴券を給付します。 ※申請月によって給付枚数は異なります。	無料	申・問 各総合支所区民課保健福祉係
	港区コミュニティバス乗車券発行	70歳以上の区民に対して、港区コミュニティバス(ちいばす)の乗車券を発行します。台場シャトルバス(お台場レインボーバス)にも乗車できます。	無料	申 各総合支所区民課保健福祉係 問 高齢者支援課在宅支援係
補聴器購入費助成	加齢に伴う難聴高齢者(60歳以上)の間こえを支援するため、補聴器の購入費用を助成します。	補聴器購入額(上限13万7000円)ただし、住民税課税の人は補聴器購入額の2分の1(上限6万8500円)を助成	申 各総合支所区民課保健福祉係 または 各高齢者相談センター 問 高齢者支援課在宅支援係	

☎電話番号のかけ間違いにご注意ください。

介護保険負担限度額認定証の更新

現在、介護保険における負担限度額の認定を受けている人に、6月中旬に更新申請に必要な書類を郵送します。更新申請書が届かない人は、お問い合わせください。認定要件および負担額については、同封のチラシをご覧ください。

☎ 介護保険施設(特別養護老人ホーム・老人保健施設・介護療養型医療施設・介護医療院)に入所している人やショートステイを利用している人で、負担限度額の認定を受けている人

☎ 7月8日(金)までに、介護保険課介護給付係へ。

更新申請に必要な書類 (1)介護

保険負担限度額認定申請書(2)同意書(3)預貯金額等を確認できるもの

☎ 介護保険課介護給付係 ☎3578-2876~80

陽活ヨガ教室

腸の機能向上、身体的疲労とストレス解消につながります。

☎ 60歳以上の区民

☎ 7月4~25日(毎週月曜・全4回) 午後1時30分~2時15分

☎ 西麻布いきいきプラザ

☎ 6人(抽選) 費用 500円(教材費)

☎ 電話または直接、6月25日(土)までに、西麻布いきいきプラザへ。 ☎3486-9166

ピラティス&ヨガで楽しく尿失禁予防講座!

☎ 65歳以上の区民

☎ 6月30日(木)午後2時~4時

☎ 健康増進センター

☎ 20人(申込順)

☎ 電話で、6月28日(火)までに、赤坂地区高齢者相談センターへ。 ☎5410-3415

はじめようゴルフ!いつからでもできるゴルフベーシック講座&ステップアップ講座

スポンジボールを使い、体育館で座学・実技レッスンを行います。

☎ 50歳以上の区民で全8回参加可能な人

☎ 7月12日~9月6日(8月16日を除く毎週火曜・全8回)午後3時~4時30分

☎ 青山いきいきプラザ

☎ (1)ベーシック講座:8人(2)ステップアップ講座:8人(いずれも抽選)※申し込みは1人1講座。

☎ 費用 2000円(テキスト代)

☎ 郵送で、往復はがきの往信面にご希望の講座名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、返信面に申込者の郵便番号・住所・氏名を明記の上、6月21日(火・必着)までに、〒107-0062南青山2-16-5青山いきいきプラザへ。 ☎3403-2011

高齢者 関連情報

一部65歳以下を対象とした内容も掲載しています

健康入浴推進事業

☎ おおむね60歳以上の区民

浴場名	電話番号	実施日時
ふれあいの湯(芝2-2-18)	5442-2639	6月24日(金) 午後1時50分~2時50分
南青山 清水湯(南青山3-12-3)	3401-4404	6月27日(月) 午前10時45分~11時45分
アクアガーデン三越湯(白金5-12-16)	3441-9576	6月29日(水) 午後2時20分~3時20分
麻布黒美水温泉竹の湯(南麻布1-15-12)	3453-1446	6月30日(木) 午後2時20分~3時20分

☎ 加齢と共に乱れる自律神経!~健康維持に大切な自律神経を整えましょう~(看護師による講義)、昭和懐メロ弾き語り~懐かしのメロディーを心の中で唄いましょう~(芸人による芸芸)

☎ 各15人(申込順)

☎ 電話または直接、実施日の前日までに、希望する浴場へ。当日、区民であることが分かるものをお持ちください。

☎ 保健福祉課地域福祉支援係 ☎3578-2379

後期高齢者医療制度の被保険者へ ジェネリック医薬品差額通知を郵送します

現在服用されている先発医薬品をジェネリック医薬品へ切り替えた場合に、薬代(自己負担額)がどれくらい軽減できるかの目安となるジェネリック医薬品差額通知を、対象者へ6月下旬、12月中旬に郵送します。

ジェネリック医薬品とは 先発医薬品と同等の品質・効き目・安全性があると国が認めた医薬品です。開発費用が抑えられているので、先発医薬品よりも一般的に価格が安くなっています。

対象 生活習慣病等で先発医薬品を処方されていて、薬代が一定額以上

軽減されると見込まれる人 ※全ての被保険者に郵送するものではありません。

問い合わせ

ジェネリック医薬品差額通知サポートデスク

※受付時間:6月通知分は発送日の翌日(6月下旬)~7月29日(金)、12月通知分は発送日の翌日(12月中旬)~令和5年1月31日(火)のうち、祝日、年末年始を除く月~金曜午前9時~午後5時 ☎0120-601-494

担当課 国保年金課高齢者医療係

みんなとオレンジカフェ講演会

物忘れがあっても認知症とは限りません 認知症であっても進行するとは限りません

対象

区民

とき

7月23日(土)午前10時~正午

ところ

赤坂区民センター

講師

東京慈恵会医科大学精神医学講座 主任教授 繁田 雅弘氏

講座内容

みんなとオレンジカフェは、認知症について身近な地域で気軽に相談や交流を図れる場です。カフェでは、認知症専門医による講話や相談を実施しています。講演会では、認知症になっても、本人や

その家族が、引き続き地域で穏やかに暮らしていくためにはどうしたら良いか、一緒に考えていきます。

定員

30人(申込順)

申し込み

電話またはメールで、7月19日(火)までに、(特)介護者高齢者支援・けあポートへ。 ☎5860-2270

メール: info@careport-npo.net

問い合わせ

高齢者支援課高齢者相談支援係 ☎3578-2411

港区の介護予防事業とオンライン事業紹介

区では、高齢者が住み慣れた地域でいつまでも生き生きと暮らせるよう介護予防事業を実施しています。

介護予防事業

介護予防事業には、65歳(一部60歳)以上の全ての人が、楽しく体を動かしながら、筋力や柔軟性といった生活機能の維持向上を図る「一般介護予防事業」と、要支援1・2もしくは基本チェックリストの結果、生活機能の低下がみられた人を対象に、短期間で集中して生活機能の改善や向上を図る「みんなと元気塾」があります。

参加希望の人は、各いきいきプラザ等や介護予防総合センターへお問い合わせください。

また、区のホームページや介護予防総合センター(ラクっちゃん)のホームページでは、自宅でする簡単な介護予防運動をご紹介しますので、併せてお試しください。

オンライン事業

介護予防総合センターでは、オンライン会議システムZoomを初めて体験できる「Zoom体験会」や、Zoomをスムーズに使えるようになることを目的とした「Zoom使い方講座」を開催しています。体験会で使用する機器は、介護予防総合センターで用意しますので、スマートフォン等をお持ちでない人もぜひご参加ください。

また、Zoomを使って自宅から介護予防事業に参加できる「自宅でオンラインエクササイズ」も開催しています。

詳しくは、介護予防総合センターへお問い合わせください。

問い合わせ

高齢者支援課介護予防推進係 ☎3578-2992

各いきいきプラザ等 ☎欄外参照 介護予防総合センター ☎3456-4157

区内のPM2.5の1日平均値

5月30日の各局の1日平均値(速報値)は次のとおりです。

区局	PM2.5濃度(μg/m ³)	都局	PM2.5濃度(μg/m ³)
赤坂局	13.8	高輪局	13.3
一の橋局	停止中(※1)	第一京浜高輪局	停止中(※1)
芝浦局	12.0	台場局	12.4

※1 現在、更新または移設作業のため停止しています。

※ μg/m³=1立方メートル当たりのマイクログラム ※速報値ですので、後日訂正されることがあります。 ※PM2.5の環境基準は、1年平均値が15μg/m³以下、かつ1日平均値が35μg/m³以下です。その他の測定結果やリアルタイムの数値は、港区ホームページまたは東京都ホームページをご覧ください。

問い合わせ 環境課環境指導アセスメント係 ☎3578-2492

凡例 ☎:対象 ☎:とき ☎:ところ ☎:内容 ☎:定員・募集人員 ☎:申し込み ☎:問い合わせ ☎:選考方法 ☎:担当課

この広報紙は、誰にでも読みやすく、伝わりやすいフォント(ユニバーサルデザインフォント)を使用しています。

子育て・関連情報

「港区出産・子育て応援メール」は、安心して出産や子育てができるように、胎児の様子や産後のお子さんの成長、健康等に関するアドバイスを妊婦や乳幼児の家族に向けてお届けします。

対象 区内在住の妊婦とその家族および3歳未満の乳幼児の保護者とその家族
※出産、子育てには周囲の支えが必要です。パートナーやご家族も登録することができます。

配信回数

妊娠期 毎日

妊娠中の食事バランスチェック

妊娠中に必要な栄養が取れているかチェックしてみませんか。管理栄養士がアドバイスします。

対 区民で妊娠中の人

時 6月24日(金)、7月22日(金)いずれも午後※時間はお問い合わせください。

所 みなと保健所

人 各回10人(申込順)

申 電話で、各開催日の前日まで、健康推進課健康づくり係へ。
☎6400-0083

グループお母さんの時間「育児や家庭の大変な気持ちを語り合い、分かち合う集いの場」

対 区民で、育児中の母親※保育あり(申込時にお申し出ください)

時 6月23日(木)午後1時30分～3時

所 みなと保健所

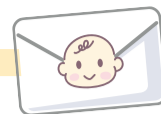
申 電話で、健康推進課地域保健係へ。
☎6400-0084

うさちゃんくらぶ

地区別で情報交換、助産師の講話、ブックスタートを行います。

対 区民で、令和4年4月生まれの

「港区出産・子育て応援メール」をご利用ください



出産後

- 100日まで:毎日
- 1歳まで:3日に1回程度
- 2歳まで:週2回程度
- 3歳まで:月2回程度

配信内容

妊娠期 胎児の様子や母親の身体のこと、妊娠中の食事、生活のアドバイス等

出産後 お子さんの成長の様子、新生児の世話の仕方・ふれあい方、授乳や離乳食のこと等

※メールの内容は、あくまで妊娠・出産・子育てに関する一般的な常識、医学情報に基づくものであり、全ての人に当てはま

るものでないことをあらかじめご了承ください。

登録方法 スマートフォンで、次の二次元コードを読み取って空メールを送信してください。送信後、確認メールが届きます。

登録・配信は無料です。

※通信費用は登録者負担です。
※妊娠中に登録した人も、出産後に再登録が必要です。

二次元コード



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、メール送信画面に接続します。



出産後

※二次元コードが読み取れない場

合は、次のメールアドレスに送信してください。

妊娠期

minato@reg.kizunamail.com

出産後

minato_kosodate@reg.kizunamail.com

※登録できない・配信されない場合は、(特)きずなメール・プロジェクトにお問い合わせください。
☎6709-6893

問い合わせ

子ども家庭支援センター

☎5962-7201

お子さんとその保護者

対 (1)芝・麻布・赤坂地区在住者:7月13日(水)(2)高輪・芝浦港南地区在住者:7月20日(水)いずれも午後1時30分～3時30分

所 みなと保健所

人 各30組(申込順)

持 母子健康手帳・バスタオル

申 (1)6月13日(月)～7月6日(水)(2)6月20日(月)～7月13日(水)に、みなと保健所けんしん等利用予約システムでお申し込みください。

所 健康推進課地域保健係

☎6400-0084 FAX3455-4460

のんびりサロン

生後3～4か月のお子さんとの保護者の交流会、保育士による手遊びを行います。

対 区民で、令和4年3月生まれのお子さんとその保護者

時 7月11日(月)午前9時30分～11時30分

所 みなと保健所

人 各30組(申込順)

持 母子健康手帳・バスタオル

申 7月4日(月)までに、みなと保健所けんしん等利用予約システム

でお申し込みください。

所 健康推進課地域保健係

☎6400-0084 FAX3455-4460

はじめての離乳食教室

対 区民で、令和4年2月生まれのお子さんのいる保護者

時 7月27日(水)午前10時30分～11時40分、午後1時30分～2時40分

所 みなと保健所

人 各15組(申込順)

持 離乳食づくり方テキスト(3～4か月児健康診査案内と一緒に郵送しています)

申 電話で、7月26日(火)までに、みなとコール(受付時間:午前9時～午後5時)へ。
☎5472-3710

所 健康推進課健康づくり係

☎6400-0083

バースデイ歯科健診

対 1・2・4・5・6歳になる就学前の区内在住のお子さん(誕生月の前後1～2か月を目安にご利用ください)※3歳のお子さんは「3歳児健診」(個別に通知します)をご利用ください。

時 7月20日(水)午後1時10分～1時30分、午後1時30分～1時50分、午後1時50分～2時10分、午後2時10

分～2時30分

所 みなと保健所

人 各12組(申込順)

持 母子健康手帳・バスタオル

申 7月17日(日)までに、みなと保健所けんしん等利用予約システム <https://minato-kenshin.city-ca.jp>

からお申し込みください。予約システムを使用することができない場合は、電話またはファックスでお問い合わせください。

所 健康推進課健康づくり係

☎6400-0083 FAX3455-4460

子ども向け海洋講座「イルカやクジラって実際どこにいるの?～広大な海の中のクジラ～」

対 (1)小学1～3年生(2)小学生

時 (1)6月26日(日)(2)7月10日(日)いずれも午後2時～3時30分

所 (1)港南図書館(2)高輪図書館

人 (1)15人(2)20人(申込順)

申 電話または直接、各図書館へ。
※6月16日(木)は休館

港南図書館 ☎3458-1085

高輪図書館 ☎5421-7617

障害者 関連情報



案内通知やパンフレット等の記載内容を音声で案内することができる音声コード「ユニボイス」を貼り付けることで、視覚に障害のある人が必要な情報を確認できます。

音声コード「ユニボイス」とは

音声コード「ユニボイス」は、漢

障害の特性を知ってください

音声コード「Uni-Voice(ユニボイス)」を知っていますか?

字を含む文字データを約800文字記録でき、iPhoneやAndroidスマートフォン用に無償で提供されているアプリを使用することにより、文字情報を音声で読み上げると同時にテキスト表示することで必要な情報を得ることができます。

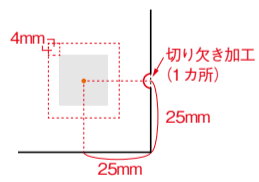


Uni-Voiceコード見本

位置を表す切り欠きについて

音声コード「ユニボイス」を印字する際には、視覚に障害がある人が触覚によって音声コードの位置

を確認できるように、印刷物に半円の切り欠きを入れます。



問い合わせ

障害者福祉課障害者福祉係

☎3578-2383 FAX3578-2678

「精神保健福祉講座」自分の感情とうまく付き合うために

良好な人間関係を築くことやストレスを抱えない暮らしを送るために、自分の怒りの感情と上手に付き合う方法を学びます。

時 7月24日(日)午後2時～4時

所 精神障害者支援センターまたはオンラインツール(Zoom)を使って受講可能な場所

人 会場20人、オンライン100人

(申込順)

申 電話で精神障害者支援センターへ。

☎5424-1392 FAX5424-1391

障害者(児)ボウリング大会参加者募集

障害者用のボールや投球補助台を用意し、障害のある人が楽しめる大会です。区内障害者との交流もできます。

対 区内在住で、身体障害者手帳・

愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの人とその介助者※介助送迎はありません。

時 8月20日(土)午前9時～11時

所 品川プリンスホテルボウリングセンター(高輪4-10-30)

人 30人(抽選)

申 郵送で、はがきに「障害者(児)ボウリング大会参加希望」、障害の種別(車いす利用者は明記)・住所・氏名・電話番号を明記の上、7月15日(金・必着)までに、〒

106-0032六本木5-16-45(社福)港区社会福祉協議会ボランティア・地域活動支援係へ。※港区心身障害児・者団体連合会加入の障害者団体に所属している人は、各所属団体からお申し込みください。

所 (社福)港区社会福祉協議会ボランティア・地域活動支援係

☎6230-0284 FAX6230-0285

所 保健福祉課地域福祉支援係

事業・イベント等への参加を検討している皆さんへ

紙面上でお知らせしているイベントや事業等を延期または中止する場合があります(最新の情報は、港区ホームページをご覧ください)。また、新型コロナウイルス感染症対策のため、施設入館時に個人情報(氏名・緊急連絡先)を集めます。区が集めた個人情報は、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供する場合があります。



みなとワクチン安心相談ダイヤル

☎0120-607-567 **対応言語 日本語**

受付内容 新型コロナワクチンの副反応や健康に対する不安、効果に対する疑問 等
※看護師が対応

受付時間 祝日を除く月～金曜 午前8時30分～午後5時15分

港区新型コロナワクチン接種コールセンター

☎0120-252-237 **対応言語 日本語・英語・中国語・韓国語**

受付内容 区内の集団接種会場での接種予約に関すること、接種券の再発行、ワクチンパスポートの申請 等

受付時間 月～金曜 午前8時30分～午後8時
土・日曜、祝日 午前8時30分～午後5時30分

新型コロナワクチン接種情報

この情報は、6月1日時点のものです。
新型コロナワクチン接種情報は、国の動向等により変更となる場合があります。
最新情報は、毎日更新している港区ホームページをご覧ください。

4回目接種券送付スケジュール

60歳以上の人および次のいずれかの手帳等をお持ちの18歳以上の人に、順次4回目接種券を発送します。

- (1) 身体障害者手帳(障害種別が心臓機能障害・呼吸器機能障害・腎臓機能障害・肝臓機能障害・免疫機能障害の人)
- (2) 愛の手帳

- (3) 精神障害者保健福祉手帳
 - (4) 自立支援医療費(精神通院)受給者
- 3回目接種後に港区に転入された人、基礎疾患があり上記の手帳をお持ちでない人は、接種券発行申請書による申請が必要です。詳しくは、港区ホームページまたはコールセンターへ。

3回目接種完了日	令和4年 6月	7月	8月	9月
令和4年 1月30日～2月13日	6月17日(金)発送			
2月14日～28日		7月1日(金)発送		
3月1日～15日		7月15日(金)発送		
3月16日～30日		7月29日(金)発送		
3月31日～4月1日			8月12日(金)発送	

2つの新型コロナワクチン接種センターを開設しています

接種会場



港区新型コロナワクチン接種センター
(旧港勤労福祉会館)
芝5-18-2
都営地下鉄(浅草線・三田線)三田駅A7出口出てすぐ左隣



港区新型コロナワクチン接種第2センター
(旧富山県赤坂会館)
赤坂7-5-51
都営地下鉄大江戸線・東京メトロ青山一丁目駅4番出口から徒歩10分

担当課 保健予防課新型コロナウィルスワクチン接種担当

問い合わせ
港区新型コロナワクチン接種コールセンター
☎0120-252-237

「令和4年度港区住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」のお知らせ

令和4年度に新たに住民税均等割が非課税になった世帯に対して10万円を支給します。

※一度でも港区住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金を受給している世帯は対象外となります。

対象
令和3年12月10日時点で、日本国内で生活しており、(1)または(2)に

- 該当する世帯
- (1) 基準日(令和4年6月1日)において、世帯全員の令和4年度の住民税均等割が非課税である世帯
 - (2) 令和4年1月以降、新型コロナウイルスの影響を受けて家計が急変し、非課税世帯と同様の事情と認められる世帯
- ※(1)・(2)いずれの場合も、住民税

均等割が課税されている人の扶養親族等のみで構成される世帯は除きます

対象(1)の支給額

1世帯当たり10万円

対象(1)の支給時期(予定)

対象世帯には順次確認書を郵送し、区で確認書を受取および審査をしてからおおむね3週間程度で支給します。なお、確認書の郵送開始は、6月下旬頃を予定しています。

対象(2)について

申し出が必要です。詳しくは、港区ホームページまたは「広報みなと」

6月21日号をご覧ください。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「令和4年度港区住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金のご案内」のページをご覧ください。

問い合わせ
港区住民税非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター
☎0120-352-652

担当課 生活福祉調整課臨時特別給付金担当

新型コロナウイルス感染症に関する外来受診等の相談先のご案内

発熱や咳、息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ等の症状がある人

東京都発熱相談センター※1
☎5320-4592 ☎6258-5780
対応時間 24時間(年中無休)

東京都発熱相談センター医療機関案内専用ダイヤル
☎6630-3710
対応時間 24時間(年中無休)

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎5272-0303
対応時間 24時間(年中無休)
聴覚障害がある人の専用案内FAX5285-8080

新型コロナウイルス感染症に関する一般的な電話相談

みなと保健所電話相談窓口 ☎3455-4461
対応時間 祝日を除く月～金曜 午前8時30分～午後5時15分
対象 区内在住・在勤・在学者
聴覚障害がある人の相談 FAX3455-4460

東京都新型コロナ・オミクロン株コールセンター※1 ☎0570-550571
対応時間 午前9時～午後10時(年中無休)
聴覚障害がある人の相談 FAX5388-1396

自宅療養中の医療・健康相談、配食手配等の相談

自宅療養サポートセンター(うちさぼ東京)※1 ☎0120-670-440
対応時間 24時間(年中無休)

心の不調に関する相談

港区新型コロナこころのサポートダイヤル ☎5333-3808
対象 区内在住・在勤・在学者
対応時間 祝日を除く月～金曜 午前9時～午後5時

問い合わせ
保健予防課保健予防係 ☎6400-0081 FAX3455-4460
〇港区新型コロナこころのサポートダイヤルについて
健康推進課地域保健係 ☎6400-0084 FAX3455-4460

※1多言語対応 日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語・タガログ語・ネパール語・ミャンマー語・タイ語・フランス語・ポルトガル語・スペイン語

「広報みなと」の自宅配送について

「広報みなと」は、区民で、新聞購読をしていない人、区有施設で入手することが困難な人のうち、希望する人に自宅配送しています。また、自宅配送を申し込んだ人で、不要になった人、住所が変更になる人は、分かり次第早めに区長室広報係へご連絡ください。新規配送・配送停止・住所変更の手続きには、1カ月程度の期間がかかります。 区長室広報係 ☎3578-2036

区役所・総合支所への申し込み・問い合わせについては、特記がない場合は平日午前8時30分～午後5時の受け付けとなります。

熱中症に注意しましょう

梅雨明けの体が暑さに慣れていない時期は要注意

熱中症の予防と応急処置のポイントを知り、暑い時期を上手に過ごしましょう。
熱中症は、梅雨明け頃の体が暑さに慣れていない時期から増加し、7～8月頃にかけてピークを迎えます。
高齢者、子ども、病気等で体力が低下している人は特に注意をしましょう。

予防のポイント

1 こまめに水分補給をしましょう

- のどが渇く前に水分補給
- 大量に汗をかいたときは、塩分補給も忘れずに



2 暑さを避けましょう

- エアコンを利用する等、部屋の温度の調整
- カーテン等で窓から差し込む日光を遮断
- 涼しい服装を心掛け、外出時は日傘を利用、帽子を着用
- 急に暑くなった日は注意



3 適宜マスクを外しましょう

- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は、適宜マスクを外して休憩



4 暑さに備えた体づくり

- ウォーキング等で汗をかく習慣を身に付け、暑さに強い体づくり
- 十分な睡眠とバランスの良い食事が体づくりの基本



症状と対処方法

熱中症は急激に症状が進みます。自力で水分が取れないときや症状が改善しないときは、すぐに医療機関を受診しましょう。自力で医療機関に行けない場合は、ためらわずに救急車を呼びましょう(救急車を呼ぶか迷うときは、電話で、[#7119]の救急相談センターへ)。

軽症(重症度Ⅰ度)

- 症状**
- 意識がはっきりしている
 - 手足がしびれる
 - めまい、立ちくらみがある
 - 筋肉のこむら返りがある(痛い)

対処方法

現場で対応し経過観察
涼しい場所へ避難して服を緩め体を冷やし、水分・塩分を補給しましょう。誰かがついて見守り、良くなれば、病院へ。



中等症(重症度Ⅱ度)

- 症状**
- 体がだるい(倦怠感)
 - 吐き気がする・吐く
 - 頭ががんがんする(頭痛)
 - 意識が何となくおかしい

対処方法

医療機関を受診
速やかに医療機関を受診しましょう。



重症(重症度Ⅲ度)

- 症状**
- 意識がない
 - 呼びかけに対し返事がおかしい
 - 体が引きつる(けいれん)
 - 体が熱い

対処方法

救急車要請
救急車を呼び、到着までの間、積極的に冷却しましょう。



熱中症予防リーフレット

区内の区有施設、みなと保健所では熱中症予防リーフレット「熱中症に注意しましょう」を配布しています。熱中症予防リーフレットは港区ホームページからダウンロードもできます。

問い合わせ

- 熱中症の予防について 環境課環境政策係 ☎3578-2486
- 熱中症の症状や対処法について 健康推進課健康づくり係 ☎6400-0083

“社会を明るくする運動” ～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

7・8月は、強調月間です



更生ペンギンのホゴちゃん

“社会を明るくする運動”は、全ての国民が、犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築こうとする全国的な運動で、令和4年で72回目を迎えます。

区では、7・8月を強調月間として、例年、さまざまな活動を行っています。
青少年健全育成大会in六本木
※令和4年度は中止となりました。
記念式典を行い、区の小・中学校の児童・生徒等による演奏や演技等が披露されます。

また、六本木ヒルズアリーナ会場から、“社会を明るくする運動”に賛同する団体がパレードを行います。
みなと区民の集い
対象 どなたでも
とき 7月9日(土)午前10時30分～11時40分(午前10時開場)
定員 120人
ところ 高輪区民センター
内容 講演会「日米プロ野球での経験を通じて子どもたちに伝えたい事」
講師 岩隈 久志氏(シアトルマリナーズ 特任コーチ)



岩隈 久志氏

申し込み 電話で、6月20日(月)～7月7日(木)にみなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後2時)～午後5時)へ。 ☎5472-3710

問い合わせ

保健福祉課地域福祉支援係 ☎3578-2381

ご近所SNS「マチマチ」の運用終了について

株式会社マチマチが運営するご近所SNS「マチマチ」は、5月31日をもってサービスを終了しました。このため、ご近所SNS「マチマチ」での区の情報発信についても5月31日をもって終了しました。



薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」 「ダメ。ゼッタイ。」普及運動

6月20日～7月19日

薬物乱用の問題は、我が国を含め世界全体で取り組まなければならない社会問題です。健康被害を引き起こすだけでなく、薬物乱用が要因と考えられる事件や事故が発生することもあり、私たちの暮らしの安全・安心を脅かしています。

薬物に関して検挙された人数は近

年横ばいが続いています。令和3年は前年と比較してわずかに減少し、1万3862人でした。しかし、このうち、大麻取締法に違反して検挙された人数は年々増加しており、令和3年も過去最多となった前年をさらに上回る5482人となりました。特に20歳未満や20歳代で大幅に増加し



ており、若年層による乱用傾向が増大しています。乱用者においては大麻の依存性や危険性について軽視する傾向があるため、大麻が脳に与える影響や依存性があること等、大麻に関する有害性について正しい知識を普及・啓発する必要があります。

薬物乱用は使用した本人だけでなく、周りの人の生活にも大きく影響

してしまいます。1回でも「ダメ。ゼッタイ。」という意識を強く持ち、決して薬物には手を出さない、薬物乱用を許さない社会環境を作っていきましょう。

区では、「薬物乱用防止推進港区協議会」と協働して、地域に根ざした広報・啓発活動を行っています。皆様のご協力をお願いします。

問い合わせ

生活衛生課医務・薬事係

☎6400-0044

防災用品をあっせんします

区では、ご自身で防災用品を準備することが困難な人を対象に、一部の防災用品を特別価格であっせんしています。

- 対象** 港区に居住し、かつ住民登録があり、以下の項目に当てはまる人
- (1)65歳以上の高齢者のみの世帯の人
 - (2)身体障害者手帳1級、2級または3級を交付された人のみの世帯の人
 - (3)愛の手帳1度または2度を交付された人のみの世帯の人
 - (4)精神障害者保健福祉手帳1級を交付された人のみの世帯の人
 - (5)母子健康手帳を交付された妊婦または出産した月から1年後の月の前月末日までの産婦

あっせん価格および品目 住民税非課税世帯の人は1割負担、生活保護受給世帯の人は全額免除となります。価格および品目については、各総合支所区民課保健福祉係で配布しているパンフレットをご覧ください。

申込方法 郵送で、「防災用品あっせん申請書」に必要事項を明記の上、〒105-8511 港区役所防災課地域防災支援係へ。お近くの各総合支所区民課保健福祉係でも申し込みます。※申し込みは1世帯1回のみ。

問い合わせ

防災課地域防災支援係

☎3578-2511



落書きは、街の美観を損ねるだけでなく、治安対策に無関心な地域と思われ、犯罪の誘発につながります。快適に、安心して過ごせる街を守るため、落書きを消去し、落書きをさせない街づくりに取り組みます。

対象となる落書き 区内の建物等の公衆の目に触れる場所に、管理者の許可なく書かれた文字、図形または模様もしくは貼付されたシール

申請できる人 落書きをされた建物等

の所有者または管理者、地域団体等
支援内容

落書き消去剤で消去できる場合 落書き消去剤・消去用布等の貸与または支給

落書き消去剤による消去が困難で、塗装による消去が必要な場合 区が塗装事業者に委託し、落書きを消去
再発防止の取り組み 落書き再発防止ポスターの提供

費用 無料

申し込み 事前に電話で相談の上、直接、各総合支所協働推進課協働推進係または防災課生活安全推進担当(区役所5階)へ。

問い合わせ

防災課生活安全推進担当

☎3578-2271

各総合支所協働推進課協働推進係

☎欄外参照

第10期「ご近所イノベーション」養成講座

自分のやりたいことをまちにつなげることで、地域に豊かさや幸せをもたらす「人材(じんざい)」(「ご近所イノベータ」)の養成をめざし、慶應義塾大学と連携して実施する少人数制の実践型講座です。

詳しくは、ご近所イノベーション学校ホームページをご覧ください。

二次元コードをスマートフォンで読み取ると、「ご近所イノベーション学校」のページをご覧ください。



対象 地域づくりに取り組みたいと考え、特に芝地区でのコミュニティづくりに熱意がある人。原則、全ての講座に出席可能な人。

とき 9月3日(土)～12月3日(土)・全9回(表参照)

ところ 芝コミュニティはうす、慶

應義塾大学等
定員 20人程度(書類選考・面接)
受講料 無料

説明会
とき 7月9日(土)

ところ きらきらプラザ新橋
申し込み 港区ホームページからお申し込みください。

応募方法 次のいずれかの方法で、7月19日(火・消印有効)までにお申し込みください。

(1)港区ホームページからご応募ください。

二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「第10期ご近所イノベーション養成講座受講生を募集します」のページをご覧ください。



(2)郵送で、申込書に必要事項を明記の上、〒105-8511 港区役所

表 第10期「ご近所イノベーション」養成講座スケジュール(予定)

日程	プログラム
1 9月3日(土)	導入合宿1:やりたいことを地域につなげよう!ご近所イノベーション論序説
2 9月4日(日)	導入合宿2:想いを実現するために知っておきたいこと
3 9月17日(土)	講義とディスカッション1:コミュニティーの未来形
4 10月1日(土)	講義とディスカッション2:出現しつつある未来を捉える
5 10月15日(土)	アイデア合宿:アイデアを形に! 私たちの未来を構想する1
6 10月16日(日)	アイデア合宿:アイデアを形に! 私たちの未来を構想する2
7 11月5日(土)	まとめ1:中間報告とプレゼンテーション準備
8 11月27日(日)	ご近所イノベーション学校シンポジウム
9 12月3日(土)	まとめ2:地域へ踏み出すために/修了式

※講義時間は原則として午前10時～午後5時、11月27日(日)は午後1時～5時を予定。9月6日(火)～10月14日(金)の期間、「地域の暮らしに触れる～芝の家で過ごす一日スタッフ体験」を行います。

芝地区総合支所協働推進課地区政策担当へ。
※申込書は港区ホームページからダウンロードできます。

選考方法

一次審査 書類審査を実施します。

二次審査 一次審査を通過した人に対して、面接審査を8月5・6日(金・

土)に実施します。
選考結果通知 8月中旬頃に通知します。

問い合わせ

芝地区総合支所協働推進課地区政策担当

☎3578-3192 FAX3578-3180

ハチに気を付けましょう

ハチの活動が活発化しています

スズメバチやアシナガバチ等の狩りバチ類は、4月下旬ごろから女王バチが単独で巣を作り始めます。その後、6月上旬ごろから働きバチが増加していき、活動が盛んになります。

スズメバチ類
直線的に早く飛びます。他の種類のハチに比べて高い攻撃性があります。

写真1はコガタスズメバチの初期の巣です。初期はとっくりをひっくり返したような形をしており、徐々にボール状になっていきます。外壁は茶系統でまだら模様をしています。

写真1 コガタスズメバチの巣



アシナガバチ類

脚をだらりと下げてふらふらと飛ぶのが特徴です。スズメバチに比べて攻撃性は低く、巣を刺激しなければ人を襲うことはほとんどありません。

写真2はアシナガバチの巣です。お椀をひっくり返したような形をし

写真2 アシナガバチの巣



巣ができていたら

巣のできている場所が生活に支障のない場所であれば、そのまましておいてもかまいません。ハチは害虫をエサにする益虫としての面もあります。また、巣は1年限りで、翌年続けて同じ巣を使用することはありません。

万が一刺されてしまったら

ハチの毒は、急激に強いアレルギー反応を起こす場合があります。刺された際は、早急に医療機関を受診してください。

ハチに関する相談窓口

みなと保健所ではハチに関する相談を受け付けています。ハチの種類や巣の状況、季節によって対処方法が異なります。ご自宅の状況に応じてアドバイスを行っていますので、お問い合わせください。
※巣の除去は行っていません。

問い合わせ

生活衛生課生活衛生相談係

☎6400-0043

区役所・総合支所への申し込み・問い合わせについては、特記がない場合は平日午前8時30分～午後5時の受け付けとなります。

みなと おしらせボード

凡例

対▶対象
内▶内容
問▶問い合わせ

時▶とき
人▶定員・募集人員
選▶選考方法

所▶ところ
申▶申し込み
担▶担当課

※区役所・総合支所・都庁への郵便は、郵便番号と宛先(例:105-8511 港区役所〇〇課)で届きます。※ファックスでの問い合わせはFAX3578-2034へ。※費用の表記がないものは、全て無料です。

健康

◎ういケアみなと がん制度大学「がん患者の医療費と生活費」

対▶どなたでも
時▶7月8日(金)午後5時～6時
人▶10人(申込順)

◎がんと生活のセミナー「眉の描き方レッスン～毎日のメイクが楽しくなるヒント～」

対▶がんの治療中で脱毛、特に眉で困っている人
時▶7月9日(土)午後2時～3時30分
人▶6人(申込順)
持ち物▶普段使用しているメイク道具

◎ウェルネスセミナー「自分でできるリンパ浮腫予防」

対▶どなたでも
時▶7月20日(水)午前10時30分～11時30分
人▶12人(申込順)

◎印の共通事項

所▶がん在宅緩和ケア支援センター
申▶電話またはファックスで、がん在宅緩和ケア支援センターへ。
※詳しくは、がん在宅緩和ケア支援センターホームページ <https://www.minato-hpccsc.jp/> をご覧ください。
問▶がん在宅緩和ケア支援センター
☎6450-3421 FAX6450-3583

健康講座「子どもの野菜カアプ!大作戦」

子どもの野菜嫌い克服のヒントと家族で食べたい野菜レシピを紹介します(調理実演あり)。ぜひご参加ください。
対▶区内在住・在勤・在学者
時▶7月21日(木)午後2時～4時
所▶みなと保健所

人▶15人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、8人。7月14日(木)までに、申込時にお申し出ください)
申▶電話で、6月13日(月)～7月20日(水)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後3時)～午後5時)へ。
☎5472-3710
問▶健康推進課健康づくり係
☎6400-0083

港区健康づくりサポーターが行う「耳の健康とフレイル予防～聞こえづらさを放置しないで～」

聞こえづらさを放置すると、フレイル(心身機能の虚弱化)や認知症のリスクが高まるといわれています。耳の聞こえと健康のことを学び、健康長寿をめざしましょう。
対▶耳の健康に関心がある人
時▶6月30日(木)午後2時～3時30分(午後1時30分受け付け開始)
所▶産業振興センター(札の辻スクエア10階)
人▶15人(申込順)
申▶電話で、6月28日(火)までに、うぐいすヘルスケア(受付時間:午前9時～午後6時)へ。
☎050-3590-5913
うぐいすヘルスケアホームページ <https://uguisu.co.jp/blog/20220630/> から申し込みます。
問▶健康推進課健康づくり係

健康相談・禁煙相談(予約制)

保健師・管理栄養士・禁煙相談員が食事や生活習慣病、健診結果の見方、禁煙等の相談に応じます。禁煙相談は対面での相談に加え、電話やオンライン(Microsoft Teams)でも相談ができます。
対▶区民
時▶7月13日(水)、8月10日(水)いずれも午前(予約制)※時間はお問い合わせください。対面相談は保育あり(4カ月～就学前、3人。各回1週間前までに申込時にお申し出ください)
所▶みなと保健所

申▶各回前日までに、電話で健康推進課健康づくり係へ。
☎6400-0083

講座・催し物

芝の語り部とのまち歩きツアー「芝公園の花と樹木を訪ねて(パート2)」

対▶花に関心があり、長時間歩行できる人
時▶6月25日(土)午前9時30分～11時30分
所▶午前9時20分までに都営三田線芝公園駅A4地上出口に集合
人▶15人程度(抽選)
申▶電話またはファックスで、6月18日(土)までに、氏名・電話番号を都立芝公園サービスセンターへ。
☎3431-4359 FAX3431-4363
問▶芝地区総合支所協働推進課地区政策担当
☎3578-3126

カザフスタン共和国大使館主催「中央アジア日本友好30周年記念」公演

カザフスタンの伝統的弦楽器ドムブラの演奏、民族衣装の展示等をお楽しみください。
対▶どなたでも
展示
時▶6月19日(日)午後1時～8時
所▶赤坂区民センター3階ホワイエコンサート
時▶6月19日(日)昼公演:午後2時～2時45分(午後1時30分開場)※子ども向けの講演と演奏(小学3年生以上推奨)夜公演:午後6時30分～8時(午後6時開場)
所▶赤坂区民センター区民ホール
人▶各100人(会場先着順)
申▶当日直接会場へ。
問▶地域振興課国際化推進係
☎3578-2046
(財)民主音楽協会(MIN-ON)
☎5362-3440

第1回一日消費者教室「お役立ち!キッチン用品の選び方～100均から匠の技まで～」

動画配信による受講もできます。詳しくは、お問い合わせください。
対▶区内在住・在勤・在学者
時▶7月1日(金)午後1時30分～3時30分
所▶消費者センター(みなとパーク芝浦2階)
人▶会場30人、動画配信30人(申込順)※会場受講は保育あり(1歳～就学前、6人。6月17日(金)までに申込時にお申し出ください)
申▶電話で、6月13日(月)から、消費者センター(受付時間:日曜、祝日を除く午前9時～午後5時)へ。
☎3456-4159

2022夏!体験ボランティア

対▶小学生以上で、説明会およびボランティア活動体験(リモートでの体験もあり)に参加できる人
説明会
時▶(1)7月10日(日)午前10時～11時30分(2)7月10日(日)午後2時～3時30分(3)7月14日(木)午後5時30分～7時(4)7月19日(火)午後5時30分～7時※リモートでの体験を希望する場合、説明会の参加は不要です。
所▶麻布区民協働スペースまたはオンラインツール(Zoom)を使って参加可能な場所
人▶各回会場30人、オンライン30人(いずれも申込順)
ボランティア活動体験
時▶7月25日(月)～8月31日(水)
体験先▶7月4日(月)から(社福)港区社会福祉協議会ホームページ <https://minato-cosw.net/> をご覧ください。
費用▶無料※ボランティア保険料(350～1400円)が別途必要な場合があります。
申▶電話、ファックスまたは申し込

区役所・総合支所への申し込み・問い合わせについては、特記がない場合は平日午前8時30分～午後5時の受け付けとなります。

夜間・休日診療

港区ホームページからご覧いただけます▶
診療時間 □は午前9時～午後5時
診療時間 ■は午後5時～午後10時

※受診するときは、あらかじめ電話で診療時間等をお問い合わせください。

6月12日(日)	クリニックばんびい(小・内)	白金台3-16-13 白金台ウスイビル5階	☎3441-4150
	北里研究所病院(内・外)	白金5-9-1	☎3444-6171
	HAPURE六本木(歯)	六本木3-13-10 北麻布ビル4階	☎6438-9677
	立花デンタルクリニック(歯)	芝5-17-2 エステート芝2階	☎5484-8846
	★伊皿子坂医院(内・小)	高輪2-16-52-101	☎5447-7701
6月19日(日)	品川ハートメディカルクリニック(内)	高輪2-15-11 高輪ホワイトマンション105	☎5422-8841
	東京都済生会中央病院(内・外)	三田1-4-17	☎3451-8211
	北斗歯科医院(歯)	六本木3-14-9 妹尾ビル2階	☎3470-4427
	山田歯科クリニック(歯)	虎ノ門3-2-7 虎ノ門A2ビル2階	☎3459-6770
	★南青山おおつかクリニック(内・小)	南青山4-9-17	☎5786-3288
休日お口の電話相談室 (公社)東京都港区芝歯科医師会)		対応時間:午前9時～午後4時30分	☎080-9587-2557 (休日のみ)

小児初期救急	みなと子ども救急診療室	月～金曜:午後7時～10時 土曜:午後5時～10時 ※祝日、年末年始を除く ※受付は午後9時30分まで	中学生まで(おおむね15歳未満の小児)の軽症患者対象	芝浦1-16-10 (社福)恩賜財団母子愛育会 総合母子保健センター 愛育病院1階 ☎6453-7302
--------	-------------	--	----------------------------	--

電話がかかりにくい場合は、下記の診療案内へ

診療案内	東京消防庁救急相談センター(毎日24時間)	「#7119」(プッシュ回線の固定電話、携帯電話)☎3212-2323(ダイヤル回線の固定電話等)
	東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(毎日24時間)	☎5272-0303 ホームページ https://www.himawari.metro.tokyo.jp/

電話相談	小児救急電話相談	月～金曜(祝日、年末年始を除く)午後6時～翌朝8時 土・日曜、祝日、年末年始午前8時～翌朝8時	「#8000」(プッシュ回線の固定電話、携帯電話)☎5285-8898(ダイヤル回線の固定電話等)
------	----------	--	---

薬の相談 ※日中、夜間とも区内在住者に限ります。

港区休日くすり何でもテレホン 対応時間:午前9時～午後2時 ※薬局の電話がかかりにくい場合は、☎090-9378-7915			
6月12日(日)	田町駅前薬局	芝浦3-1-32 なぎさテラス108B	☎3457-7700
6月19日(日)	三田薬局	芝4-14-1	☎5443-3515

夜間対応当番薬局(毎日) 対応時間:午後8時～午前0時 ☎090-3690-3102

事業・イベント等への参加を検討している皆さんへ

紙面上でお知らせしているイベントや事業等を延期または中止する場合があります(最新の情報は、港区ホームページをご覧ください)。また、新型コロナウイルス感染症対策のため、施設入館時に個人情報(氏名・緊急連絡先)を集めます。区が集めた個人情報は、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供する場合があります。

みなと おしらせボード

※区役所・総合支所・都庁への郵便は、郵便番号と宛先(例:105-8511 港区役所〇〇課)で届きます。※ファックスでの問い合わせはFAX3578-2034へ。※費用の表記がないものは、全て無料です。

- 凡例
- 対 対象
 - 内 内容
 - 問 問い合わせ
 - 時 とき
 - 人 定員・募集人員
 - 選 選考方法
 - 所 ところ
 - 申 申し込み
 - 担 担当課

みフォーム
<https://forms.gle/Wmz5QUALUAj7MHkq6>

で、7月4日(月)から各説明会の前日(土・日曜、祝日を除く)までに、住所・氏名・年齢(学校名・学年)・電話番号・希望日時・オンラインの場合はメールアドレスを、(社福)港区社会福祉協議会ボランティア・地域活動支援係へ。

☎6230-0284 FAX6230-0285
 保健福祉課地域福祉支援係

あきる野環境学習「秋川で生き物観察・釣り体験」

小学生およびその保護者※小学生のみの参加は不可

時 7月31日(日)午前8時30分～午後5時30分頃※午前8時15分区役所集合、往復バスで移動します。

所 秋川渓谷(あきる野市)

人 20人(抽選)

費用 1人につき2500円

申 電話またはファックスで、6月14日(火)～28日(火)に、(株)阪急交通社東京団体支店営業二課(営業時間:祝日を除く月曜から金曜午前9時30分～午後5時30分)へ。(株)阪急交通社特設ページ

<https://www.hot-link.jp/index.php/akirunokankyo>からも申し込みます。

☎6745-1351 FAX6745-7371
 環境課地球環境係 ☎3578-2496

お知らせ

マイナンバーカード交付窓口の休日臨時開庁

「交付通知書」が届いたら、同封されている案内文を確認の上、記載されている総合支所区民課窓口サービス係(台場分室を除く)に、受け取り日時の予約を取り、必要書類を持ってお越しください。※マイナンバーカードの受け取りには事前予約が必要です。※マイナンバーカード交付以外の業務は取り扱っていません。

※マイナンバーカードの交付を申請し、交付通知書が届いた人

時 7月9日(土)午前9時～午後5時

所 各総合支所区民課窓口サービス

係(台場分室を除く)
 各総合支所区民課窓口サービス係(台場分室を除く) 欄外参照

令和4年度第1回港区成年後見制度利用促進協議会

港区における成年後見制度に関する施策の適切な運用を目的として、関係機関との連携および情報共有を推進し、成年後見制度の理解と利用促進を図るため、港区成年後見制度利用促進協議会を開催します。

対 どなたでも傍聴可

時 6月21日(火)午後6時30分～8時

所 区役所9階会議室

人 10人程度(会場先着順)

申 当日直接会場へ。

保健福祉課保健福祉総合調整係 ☎3578-2328

公衆浴場区民無料開放デー

対 区民

時・所 6月21日(火)

浴場名	電話番号	実施時間
アクアガーデン三越湯(白金5-12-16)	3441-9576	午後3時30分～10時
麻布黒美水温泉竹の湯(南麻布1-15-12)	3453-1446	午後3時30分～11時30分
南青山清水湯(南青山3-12-3)	3401-4404	正午～午前0時
ふれあいの湯(芝2-2-18)	5442-2639	午後3時～11時

各浴場のフロントにある「無料開放カード」に住所・氏名を明記の上、確認を受けてください(区民であることが分かるものが必要です)。

※マナーを守って気持ち良くご利用ください。他の利用者の迷惑となる行為があった場合、入浴をお断りすることがあります。

保健福祉課地域福祉支援係 ☎3578-2379

港区立芝公園多目的運動場の臨時休場のお知らせ

芝公園多目的運動場はフットサルコートとプールの多目的施設で、秋・冬・春季はフットサルコートと

して、夏季はプールとして施設を開場しています。その施設を変更する準備や設備点検・清掃等のため、臨時休場します。

施設	施設・運営期間	臨時休場日
プール	7月1日(金)～9月15日(木)	8月1日(月)
フットサルコート	9月26日(月)～令和5年6月15日(木)	毎月第1・3月曜日

芝公園多目的運動場

生涯学習スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎5733-0575 ☎3578-2753

求人・区民委員募集

「第41回共に生きるみんなの歌と踊りのつどい」実行委員(ボランティア)

歌や踊り、詩の朗読を通じて、障害のある人もない人も一緒になって参加し、楽しむイベントを、7月2日(土)に麻布区民センターで開催します。企画や準備、当日の運営等を手伝う実行委員を募集しています(前日や当日のみの参加も可)。

電話またはファックスで、住所・氏名・電話番号を明記の上、6月30日(木)までに、(社福)港区社会福祉協議会ボランティア・地域活動支援係へ。

☎6230-0284 FAX6230-0285
 保健福祉課地域福祉支援係

成人の日記念のつどい実行委員

民法が改正され成人年齢は18歳に引き下げられましたが、区では、「成人の日記念のつどい」の対象年齢を20歳としています。なお、成人の日記念のつどいの名称については、今後、実施までに決定します。

今年度20歳を迎える平成14(2002)年4月2日～平成15(2003)年4月1日に生まれた区民のうち、月1回程度の実行委員会に参加可能な人

第1回実行委員会:7月15日(金)午後6時30分～8時※令和5年1月まで毎月1回程度、夜間に開催します(日程は第1回実行委員会で決定します)。


人 10人程度(抽選)

(1)20歳の人に送る招待状等のデザイン案の作成(2) 実行委員会企画の提案と運営

港区ホームページから、6月26日(日)までに、お申し込みください。

子ども家庭課子ども青少年育成係 ☎3578-2434

区長エッセイ 毎月1日配信
 メールマガジン きらっと★
 きらっと 検索



国際交流スペース 集会室のご利用について

区は、国際交流に関するグループ活動や地域交流の場として利用できる集会室を無料で貸し出しています。

集会室を利用する場合は、団体登録が必要です。5人以上の団体で、区内在住・在勤・在学の人半数以上であれば、団体登録ができます。国際交流を目的とする団体は、優先的に集会室を利用できます。

利用時間

平日 午前9時～正午、午後1時～5時、午後5時～8時

土曜 午前9時～正午、午後1時～5時

※日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は休館

ところ

北青山1-6-3都営北青山一丁目アパート3号棟地下1階

利用料

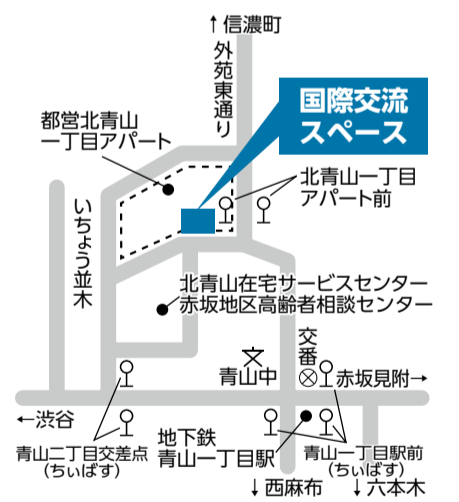
無料

表 国際交流スペースの詳細

部屋	集会室1	集会室2
収容人員	約50人	約25人
付帯設備	会議用デスク、いす、ホワイトボード	
貸し出し可能備品	プロジェクター、スクリーン	テレビ、DVD・ビデオデッキ

※営利目的の活動はできません。

※貸し出し可能備品を使用する場合は、申込時に予約してください。



問い合わせ

○団体登録について
 地域振興課国際化推進係 ☎3578-2565

○集会室利用状況について
 国際交流スペース ☎3796-3309

6月23～29日は「男女共同参画週間」です

男女共同参画週間は、男女共同参画社会基本法の目的や基本理念について、皆さんの理解を深めることを目的としています。期間中は男女共同参画社会の実現に向けたさまざまな取り組みが全国的に実施されます。

区では、全ての人が性別等にとらわれず自分らしく豊かに生きることのできる男女平等参画社会を実現するため、平成16年に「港区男女平等参画条例」を制定しました。

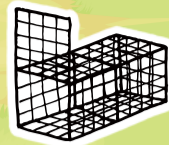
この条例に基づき、区は港区男女平等参画行動計画を策定し、男女平等参画施策を総合的かつ計画的に推進しています。

計画を実行性のあるものとするため、区民の皆さん、事業者の皆さん等と協働し、男女平等参画社会の実現をめざします。

問い合わせ

総務課人権・男女平等参画係 ☎3578-2014

ハクビシン・アライグマ 対策を実施しています



ハクビシンやアライグマは、人間の活動によって他の地域から入ってきた外来生物です。外来生物は、地域の生態系、人の健康や暮らしにさまざまな影響を及ぼします。

区では、ハクビシンやアライグマのふん尿や臭気等でお困りの住宅等について、専門業者による捕獲用檻(箱わな)設置等の対策事業を行っています。

実施対象

次のような実害が発生し、対策に必要な了解・協力が得られる場合が実施対象です。

実害例

- 家屋侵入によるふん尿、臭気等の実害が発生している
- 天井裏から大きな物音がする
- 庭木の果実等が食べられてしまった

対策に必要な了解・協力

- 賃貸・共同住宅の場合は、所有者

や管理組合の了解を得られること
● 1日1回以上の捕獲用檻(箱わな)の見回りやエサの交換ができること

実施対象外

- 「見かけた」等、実害が発生していない場合
- 建物等の所有者等から了解が得られない場合
- 依頼者による毎日の見回り等ができない場合

申し込み

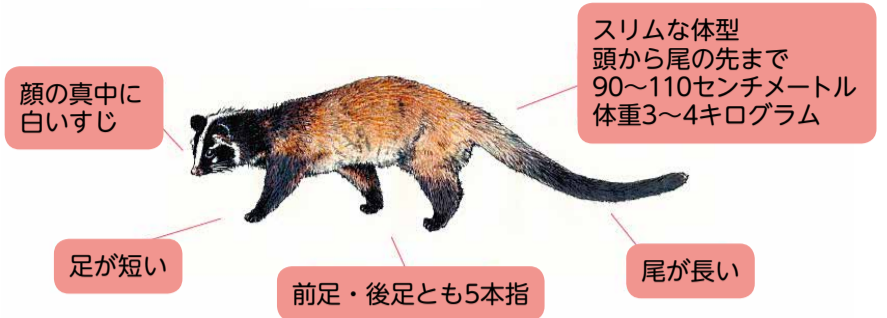
各総合支所協働推進課協働推進係へ。

実害を防ぐ方法

- 建物内への侵入口になるような隙間(縁の下・換気口・軒下等)や穴をふさぐ(区は、侵入口をふさぐ工事は実施しません)。
- 生ごみを庭に埋めない。
- 庭木の果実を早めに残さず収穫する。
- ごみ出しは夜間に行わない。

ハクビシン・アライグマの特徴

ハクビシン



アライグマ



画像出典: 東京都環境局自然環境部

問い合わせ 環境課環境政策係 ☎3578-2487
各総合支所協働推進課協働推進係 ☎欄外参照

「第5回みなとタバコルール賞」 応募団体を募集します！！

令和4年5月1日現在、1871の事業者者に「みなとタバコルール宣言」をしていただいています。

区では、さらに多くの事業者者に「みなとタバコルール宣言」をしていただき、みなとタバコルールを推進するため、宣言事業者の中で特に優れた活動を表彰する「みなとタバコルール賞」を設け、表彰しています。



応募資格

みなとタバコルール宣言登録をした事業者またはこれから宣言登録を

する事業者のうち、みなとタバコルールの推進に貢献した事業者または地域活動団体

※応募基準について詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

応募期間

6月13日(月)~8月15日(月)

応募方法

郵送、ファックスまたは直接、応募書類に必要事項を明記の上、〒105-8511 港区役所環境課環境政策係(区役所8階)へ。港区ホームページからも申し込みできます。
※応募書類は港区ホームページからダウンロードできます。
※応募書類の他に、活動が分かる写真や参考資料等があればご提出ください。

問い合わせ
環境課環境政策係
☎3578-2506 FAX3578-2489

家庭用生ごみ処理機等購入費を助成します



家庭用の生ごみ処理機等を購入した世帯に対し、費用の一部を助成します。

対象

- 次の全ての要件を満たす世帯
- (1) 区民
 - (2) 生ごみ処理機等を購入し、購入日から6カ月以上、区内で継続して使用できること
 - (3) 過去3年以内にこの助成金の交付を受けていないこと
 - (4) 申請時に、生ごみ処理機等を購入した日から3カ月を経過していないこと

対象機種

家庭用生ごみ処理機(ディスポーザー式のものについては、お問い合わせください)、コンポスト容器

助成金額

一世帯につき、1台の生ごみ処理機等本体の購入費用(税込み)の2分

の1(100円未満切捨て)で、2万円を上限とします。

※購入店舗で実施しているポイント利用等の割引があった場合は、割引後の金額が助成対象金額です。
※予算の範囲内での助成となります。申請年度の申請額の累計が予算額を超えた場合は、助成ができません。

申し込み

郵送または直接、申請書に領収書原本(レシート不可)を添付して、〒108-0075 みなとリサイクル清掃事務所ごみ減量・資源化推進係へ。
※申請書は、港区ホームページからもダウンロードできます。

問い合わせ
みなとリサイクル清掃事務所ごみ減量・資源化推進係 ☎3450-8025

「区民の声センター」をご利用ください

区では、皆さんから区政に対するさまざまなご意見・ご提案等(以下「区民の声」)をいただき、信頼される区政の実現をめざすとともに区政運営の参考とする等、広聴制度の充実・強化に取り組んでいます。その取り組みの一つとして、「区民の声センター」を開設しています。

区民の声センターでは、来訪・電話等により、区民の声を聴き取っています(英語対応可)。

また、港区コールセンター(みなとコール)では、区の手続きや施設の案内、区の事業の申し込み受け付け等を日本語と英語で行っています。

お寄せいただいた区民の声は、個

人情報に関する内容等を除き、ご意見・ご提案の内容と区の対応・考え方の要旨等を港区ホームページ等で原則として公表します。

区民の声センター

ところ 区役所3階区民相談室内
受付時間 午前8時30分~午後5時15分(土・日曜、祝日、年末年始を除く)

電話番号 ☎3578-2054

港区コールセンター(みなとコール)

受付時間 午前8時~午後8時(年中無休) ☎5472-3710

問い合わせ
区長室広聴担当 ☎3578-2050~2

港区の二酸化炭素排出量のお知らせ

令和元年度の港区全域における二酸化炭素排出量を公表します。

港区の二酸化炭素排出量は、都内の区市町村で最も多くなっています。

二酸化炭素排出量の増加は、地球温暖化を招き、気候変動を引き起こす等、自然環境や私たちの生活に大きな影響を及ぼすことが懸念されています。

地球温暖化による影響を最小限に抑えるため、私たち一人一人が二酸化炭素排出量の削減につながる省エネルギー行動に取り組むことが必要

です。

令和元年度の排出量

357万4000トン-CO₂※

詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

※都内の自治体別CO₂排出量を算定している、オール東京62市区町村共同事業「みどり東京・温暖化防止プロジェクト」が5月31日に公表した実績です。

問い合わせ
環境課地球温暖化対策担当
☎3578-2472